DE

N° 119.

L'HYGIÈNE DES FEMMES

A L'ÉPOQUE

DE LA CESSATION DES MENSTRUES ;

THÈSE

Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 14 juillet 1826, pour obtenir le grade de Docteur en médecine ;

PAR S. G. CHAZAL.

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n.° 13.

1826.

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS.

Professeurs.

M. LANDRÉ-BEAUVAIS, Doyen.	Messieurs
Anatomie	CRUVEILHIER.
Physiologie	DUMÉRIL, *Examinateur.*
Chimie médicale	ORFILA.
Physique médicale	PELLETAN fils, *Examinateur.*
Histoire naturelle médicale	CLARION.
Pharmacologie	GUILBERT.
Hygiène	BERTIN.
Pathologie chirurgicale	MARJOLIN. / ROUX, *Suppléant.*
Pathologie médicale	FIZEAU. / FOUQUIER.
Opérations et appareils	RICHERAND.
Thérapeutique et matière medicale	ALIBERT.
Médecine légale	ADELON.
Accouchemens, maladies des femmes en couches et des enfans nouveau-nés	DÉSORMEAUX, *Président.*
Clinique médicale	CAYOL. / LAENNEC. / LANDRÉ-BEAUVAIS. / RÉCAMIER.
Clinique chirurgicale	BOUGON. / BOYER. / DUPUYTREN, *Examinateur.*
Clinique d'accouchemens	DENEUX.

Professeurs honoraires.

MM. CHAUSSIER, DE JUSSIEU, DES GENETTES, DEYEUX, DUBOIS, LALLEMENT LEROUX, MOREAU, PELLETAN père, PINEL VAUQUELIN.

Agrégés en exercice

Messieurs	Messieurs
Arvers.	Maisonnab.
Breschet.	Moreau.
Capuron.	Murat.
Chomel.	Parent du Chatelet.
Cloquet aîné.	Pavet de Courteille.
Coutanceau.	Ratheau.
De Lens.	Richard.
Gaultier de Claubrye.	Rullier, *Suppléant.*
Gérardin, *Examinateur.*	Ségalas.
Guersent, *Examinateur.*	Serres.
Jadioux.	Thévenot.
Kergaradec.	

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui sont présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

A MON PÈRE,

A MA MÈRE.

Daignez agréer ce faible hommage de mes premiers travaux comme un témoignage de reconnaissance pour vos bontés et vos nombreux bienfaits.

A MES FRÈRES, BEAUX-FRÈRES,

SŒURS ET BELLE-SŒUR.

S. G. CHAZAL.

DE

L'HYGIÈNE DES FEMMES

A L'ÉPOQUE

DE LA CESSATION DES MENSTRUES.

Deux époques dignes de toute l'attention des médecins signalent la vie de la femme.

La première est marquée par l'apparition de la menstruation. Jusqu'à l'âge de la puberté, les organes génitaux étaient restés dans le calme; mais bientôt, par un mouvement particulier, l'utérus devient le siége d'une excitation assez vive, qui semble attirer vers lui toutes les forces de l'économie. Il se manifeste par le vagin une évacuation sanguine, signe qui indique que la jeune fille est devenue apte à l'acte de la reproduction.

Une fois établi, cet écoulement doit avoir lieu tous les mois : s'il est des circonstances où il puisse être suspendu sans danger, telles que dans l'état de gestation, d'allaitement; dans tout autre cas et par toute autre cause, il peut devenir dangereux pour la femme.

Mais les ans s'écoulent et enfin arrive la seconde époque, qui est marquée par la cessation de ce flux. C'est alors que la femme cesse d'exister pour l'espèce; ses organes génitaux, frappés du sceau

de l'impuissance, rentrent dans le sommeil de la première enfance.

Ce phénomène arrive ordinairement à l'âge de quarante-cinq à cinquante ans.

Il est une erreur généralement répandue contre laquelle on ne saurait assez s'élever, tant il est difficile de déraciner de vieux préjugés.

C'est que cette seconde époque est très-dangereuse pour les femmes.

Cette croyance est basée sur l'opinion des médecins du moyen âge, qui pensaient que cette évacuation périodique est destinée à expulser une humeur dont la matière âcre et morbifique peut occasionner des effets nuisibles par sa rétention dans le corps au moment de la cessation des menstrues.

Aussi la plupart des femmes ne sentent-elles pas approcher ce moment sans manifester des craintes plus ou moins vives. Beaucoup le regardent à travers le prisme de leur imagination effrayée, comme devant être le terme de leur existence.

Les inquiétudes auxquelles elles s'abandonnent à cette occasion, sont souvent l'unique cause des maux qu'elles ont à souffrir par le trouble que cette idée, qui les obsède sans cesse, cause dans tout leur organisme.

Dans l'intérêt de la science, des savans recommandables ont entrepris des travaux pour constater s'il existait de grandes différences dans la mortalité des femmes à l'âge de quarante-cinq à cinquante ans.

Des tableaux comparatifs ont été dressés, et ne prouvent pas que cette époque de la vie puisse être regardée comme plus dangereuse.

Muret, dans un ouvrage sur la population du pays de Vaud, se demandait s'il y avait une époque dangereuse pour les femmes; il savait que c'était une opinion répandue : ses observations ne lui ont pas appris que cet âge fût plus critique pour elles.

M. *Benoiston de Châteauneuf*, dans un mémoire sur la mortalité des femmes, tend à prouver que la mortalité, à cet âge, n'est point sujette à un accroissement plus grand.

MM. *Chaussier* et *Desormeaux*, dont les opinions sont d'un grand poids, font remarquer que les craintes des femmes sont exagérées.

M. *Lachaise*, dans son hygiène physiologique de la femme, avance la même opinion, et pense que le sang des règles, ne contenant aucun principe morbifique, n'entraîne pas nécessairement des maladies par sa suppression naturelle; que l'âge, improprement appelé *critique*, est infiniment moins fatal aux femmes qu'on ne le pense communément.

M. *Gardien* pense que, quoiqu'il soit constant que les femmes peuvent courir des dangers à cette époque, on peut cependant assurer que leurs appréhensions sont beaucoup exagérées.

Mais on ne saurait assez le leur répéter, tant l'imagination chez quelques-unes est frappée de cette idée pénible.

La femme, destinée par la nature à la fonction de la gestation, devait avoir un surcroît d'alimentation, pour nourrir l'être qu'elle porte dans son sein. Le sang menstruel est en partie la nourriture du fœtus. Hors le temps de la gestation, ce sang devait couler au dehors avec toutes les qualités de la masse dont il faisait partie.

Cet écoulement a lieu tant qu'il est utile, et cesse lorsque, selon la constitution physique de la femme, elle ne doit plus servir à la reproduction.

« Tout change dans la nature, tout s'altère, tout périt; le corps de l'homme n'est pas plus tôt arrivé à son point de perfection, qu'il commence à décliner, a dit l'immortel *Buffon*. »

C'est à l'âge de puberté que le corps achève de prendre son accroissement; c'est à cet âge qu'apparaît la menstruation, le plus bel apanage dont la nature ait doué la femme. A l'âge de quarante-cinq à cinquante ans, la virilité décroissante est marquée par l'affaiblissement des forces physiques; le mouvement de décomposition l'em-

portant sur celui de composition, la nature prévoyante a soustrait à la femme un écoulement qui aurait pu hâter sa perte.

D'après les opinions ci-dessus énoncées, et la conviction que le sang menstruel ne contient aucun venin nuisible par lui-même; qu'il n'est composé que d'une surabondance de sang vital qui circule dans toute l'économie, et que la cessation de son écoulement n'est nullement accompagnée d'effets plus difficiles à guérir, que tout autre auquel le corps est exposé ; les femmes doivent se rassurer, bannir de leur esprit l'erreur qui empoisonnait leur existence: et, si le moral a une si grande influence sur le physique, en s'apprêtant à supporter avec courage les revers qui pourraient les affecter, elles s'éviteront de plus grands maux. Il serait superflu de donner plus de détails à un sujet qui ne doit plus être envisagé sous le même point de vue que celui des anciens médecins, dont l'opinion a donné lieu au préjugé que je cherche à détruire, d'autant plus qu'ils étaient privés des ressources précieuses que fournit l'anatomie, et que, frappés du rôle important que jouent les humeurs dans l'économie animale, ils attribuaient tout à l'humorisme.

Aujourd'hui le vide de cette explication est reconnu dans le monde médical.

La plupart des affections, soit locales, soit générales, qui peuvent survenir à cette époque, sont en grande partie dues à la manière dont se conduisent les femmes; car, si à son approche elles voulaient suivre une nouvelle manière de vivre qui gênerait sans doute leurs goûts et leurs habitudes, elles en seraient récompensées par la conservation de leur santé, ou par la guérison plus facile des accidens qui pourraient se manifester.

Sans prétendre dire que la cessation des menstrues ne présente pas quelque danger, on doit souvent la regarder comme cause occasionnelle des maladies qui, se développant alors, n'attendaient qu'une cause quelconque soit pour se reproduire, soit pour se manifester.

Madame L..., née à Manheim, ville de Hollande, menstruée à

huit ans, fut mariée à seize, eut successivement neuf enfans, dont les couches furent toujours heureuses. Elle vint en France, et, jouissant des dons de la fortune et de la beauté, s'adonna à tous les caprices de la mode, se livra à tous les plaisirs de la capitale. Après quelques années, son mari ayant éprouvé de grands revers dans sa fortune, il fut obligé d'embrasser un état pour lequel il fallait beaucoup parler. Secondé par sa femme, celle-ci eut souvent des crachemens de sang. Le chagrin se fit bientôt plus cruellement sentir par la perte de plusieurs de ses enfans, celle de l'emploi de son mari, et bientôt sa mort. Madame L... atteignit sa trente-huitième année. Les menstrues avaient été régulières. Mais une hémopthysie très-forte se manifesta de nouveau, des syncopes, des palpitations violentes se manifestèrent ; elle ne pouvait plus monter un escalier sans perdre haleine.

Inquiète, elle consulte un médecin, qui reconnaît une hypertrophie du ventricule droit. Elle se soumet à un régime sévère. Les menstrues ne reparaissent pas; les accidens augmentent ; des accès d'asthme suffocant ont lieu à diverses reprises, surtout quand l'appartement est échauffé : on est obligé de laisser les croisées ouvertes jour et nuit malgré la rigueur de la saison. Ces crises ne cédaient ni aux saignées, ni aux pédiluves, ni aux frictions générales faites avec un liniment opiacé, et seulement à la belladone quand on était assez heureux pour lui en ingérer dans l'estomac ; ce qui la jetait dans un état de stupeur. Enfin l'infiltration générale s'ensuivit; et, après de cruelles souffrances et une agonie de plusienrs jours, elle mourut. On ne put faire son autopsie ; elle l'avait expressément défendu.

Dans cette circonstance, la maladie existait avant l'époque de la cessation des menstrues : celle-ci ne peut en être regardée comme la cause.

Il ne se passe aucun grand changement dans l'économie qu'il ne soit annoncé par quelques symptômes précurseurs. Ainsi la cessation des menstrues est précédée par l'irrégularité du flux menstruel

dans sa durée et sa quantité. Souvent après un écoulement ordinaire, il reste cinq, six mois sans paraître; et la femme mariée qui se présume enceinte (car l'absence des menstrues est pour elle un indice assez certain) n'est nullement effrayée de cette circonstance, et passe sans crainte cette époque.

Il se manifeste des écoulemens muqueux, qui ne sont jamais plus fréquens qu'à cet âge, et qu'il faut se garder de vouloir supprimer trop tôt, de même que les hémorrhagies qui doivent être regardées alors comme crise salutaire. Cependant il ne faut pas porter la circonspection trop loin, et dans la crainte des maux, qui peut-être ne viendront pas, laisser mourir une femme d'épuisement.

Par suite de la pléthore sanguine, les femmes éprouvent des bouffées de chaleur au visage avec sueur légère, accompagnées de suffocation; le sommeil est agité : accidens qui diminuent à mesure que l'économie s'accoutume à ce changement.

Comme beaucoup de femmes qui étaient épuisées par d'abondantes menstrues, et par conséquent toujours faibles et malades, reprennent à cette époque une nouvelle constitution plus ferme, on lui a donné le nom d'*âge de retour, retour d'âge, verte vieillesse:* des médecins ayant observé des accidens graves, lui ont imposé le nom d'*enfer des femmes, âge critique.* Pour ne pas baser une définition sur un phénomène accidentel, je lui conserverai le nom de *cessation des menstrues.*

En général les femmes, à l'âge de quarante à cinquante ans, et même long-temps avant, doivent observer une conduite régulière si elles veulent jouir d'une bonne santé jusqu'à un âge avancé, se préserver des infirmités, ou modérer la gravité de celles qu'elles n'auraient pu éviter.

La vie sociale rend les femmes sujettes à une foule d'affections; aussi celles qui auront vécu suivant le vœu de la nature, qui auront été mères, auront nourri leurs enfans (ce qui se voit trop rarement) et auront mené une vie active, passeront cet âge avec moins de danger que celles qui ont vécu dans l'oisiveté et la bonne chère,

que celles qui ont abusé de substances aromatiques et alcoholisées, et qui se livrant à toute leur ardeur pour les plaisirs vénériens, en auront épuisé la coupe et ressenti toutes les amertumes.

C'est dans l'hygiène que la femme doit puiser les moyens de se prémunir contre les attaques de maux qui pourraient lui survenir à cette époque qu'elle redoutait tant. Ces moyens sont en général trop négligés.

L'hygiène, ayant pour but principal la conservation de la santé, enseigne à éviter les choses nuisibles et à faire un bon usage des choses utiles.

Le médecin qui désire faire participer la femme à une nouvelle santé lui offrira la direction des six choses improprement appelées *non-naturelles*, mises en rapport avec les différens tempéramens.

Comme toutes les femmes ne peuvent être soumises à des moyens de traitement uniformes, c'est à la sagacité de leurs médecins à les varier, à les modifier selon la nature des accidens à redouter, et les circonstances où se trouvent les malades.

Les femmes seront d'autant mieux assurées du succès de leur santé, si, à leurs médecins, elles peuvent, comme à leurs meilleurs amis, confier tous leurs chagrins et toutes leurs peines.

Je suivrai la division de l'hygiène établie par le célèbre *Hallé*.

1.° *Circumfusa*, choses environnantes.

2.° *Applicata*, choses appliquées à la surface du corps.

3.° *Ingesta*, choses destinées à être introduites dans le corps par les voies alimentaires.

4.° *Excreta*, choses destinées à être rejetées hors du corps.

5.° *Gesta*, actions ou fonctions qui s'exercent par le mouvement volontaire des muscles et des organes.

6.° *Percepta*, perceptions ou fonctions et impressions qui dépendent de la sensibilité.

Circumfusa. L'air destiné à l'entretien de la vie fournit à la respi-

ration les principes nécessaires, et exerce en même temps sur l'économie animale diverses influences.

La peau de la femme étant molle, délicate, se trouve plus sensible à son impression ; un air trop chaud dispose aux hémorrhagies, aux congestions cérébrales, aux éruptions ; le froid resserre les solides, empêche l'évaporation des liquides, et suspend la perspiration cutanée.

La femme évitera donc l'un et l'autre de ces extrêmes. Un air pur, tempéré, souvent renouvelé, convient en général.

Un air médiocrement froid sera convenable aux femmes lymphatiques et à celles dont les fonctions sont frappées d'atonie et de langueur.

Il faudrait, pendant le printemps et l'automne, éviter l'air du soir, qui est toujours chargé d'humidité ; et c'est malheureusement celui qu'elles recherchent le plus, tant par mode que par l'occupation des affaires domestiques, qui ne cessent qu'à la fin du jour, surtout dans les villes de commerce. Alors il serait urgent qu'elles se vêtissent plus chaudement et évitassent les promenades sur le bord des rivières ; ce qu'elles sont loin de faire dans la ville de Lyon, ma ville natale, puisque les bords de la Saône et du Rhône sont le rendez-vous des habitans.

L'usage des chaufferettes par le charbon est nuisible, et par l'odeur qu'il peut répandre, et par la chaleur qu'il entretient dans les parties de la génération, et parce qu'il peut faire naître, sur la peau des cuisses, des taches ineffaçables.

Pour éviter le froid et l'humidité aux pieds, il vaut mieux employer une brique, un fer chauffés à un degré convenable, ou mieux encore une boule de métal remplie d'eau chaude.

Les odeurs, en général, sont nuisibles aux femmes, mais surtout à celles qui sont délicates et nerveuses.

La lumière influe beaucoup sur la femme ; et celle qui en est privée, telle qu'une plante qui croît et vit loin du soleil, sera toujours faible, débile, étiolée.

Les femmes doivent éviter de rester dans des appartemens trop échauffés, surtout aux approches de la période ordinaire ; car la chaleur dispose à l'écoulement du flux menstruel. Les jeunes russes qui sont réglées de bonne heure, ne le doivent qu'à ce qu'elles sont toujours pendant l'hiver renfermées dans des appartemens échauffés par des poëles très-grands.

Si les femmes peuvent changer leur habitation, elles choisiront celles qui sont saines et élevées, loin des lieux bas et humides et des eaux stagnantes.

Applicata. Les vêtemens doivent avoir pour but de préserver le corps des influences atmosphériques, et remplir quatre objets principaux : conserver la chaleur, absorber les produits de la transpiration, faciliter l'action des organes, garantir des impressions perturbatrices ou débilitantes des agens extérieurs.

Les femmes doivent donc se régler alors selon leur âge, et sur le temps présent plus que sur celui qui devrait exister, et ne pas s'exposer la gorge et les bras nus ou couverts d'une étoffe légère par un temps froid et humide.

Des changemens trop subits peuvent causer des accidens dans ce moment où elles sont si susceptibles.

Elles devraient porter des caleçons de laine, étoffe qui facilite la transpiration, et qui devient très-utile dans les saisons où l'atmosphère change souvent et subitement, et avoir la précaution d'observer dans l'emploi de ce vêtement la plus grande propreté.

Elles doivent alors délaisser les corsets (ce qu'elles auraient bien dû faire plutôt), parce qu'ils gênent la liberté des mouvemens des organes abdominaux, et peuvent, par une constriction plus forte dans l'intention de supporter les seins et les plis du ventre, favoriser la stase du sang dans les vaisseaux du bassin, ceux de l'utérus, et donner lieu à des hémorrhagies.

Aux corsets baleinés, elles pourront en substituer un fait en toile,

qui supportera les seins sans les gêner ; car que de cancers sont dus à la compression forte et continue de ces corsets.

Combien, à plus forte raison, doivent cesser leur pernicieuse coutume, celles qui, non contentes de porter des corsets pendant le jour, se font serrer pendant la nuit la poitrine, afin que les seins conservent leur forme et leur fermeté ordinaires.

En général, des vêtemens suffisamment chauds, en agissant sur le système cutané, entretiendront une transpiration assez abondante pour établir une révulsion qui empêchera la concentration des forces sur l'utérus.

Les femmes auront l'attention de fuir les alcoves, et de ne pas se cacher sous des rideaux qui empêchent l'air de se renouveller ; d'éviter les lits mous et chauds qui augmentent la faiblesse, la susceptibilité nerveuse, et disposent aux plaisirs de l'amour, qu'il est sage de modérer : elles préfèreront les lits de substances dont la souplesse ne sera pas assez considérable pour accumuler la chaleur ; elles n'y resteront pas long-temps éveillées, pour ne pas donner libre cours à leurs rêveries, à leur imagination qui leur fait envisager cet âge comme celui de toutes leurs pertes. Elles devraient coucher seules, toutes sensations voluptueuses et le coït leur étant interdits parce qu'ils pourraient leur devenir nuisibles.

Les bains sont nécessaires pour entretenir la propreté ; mais il ne faut pas en faire abus, car ils pourraient alors devenir la cause de flueurs blanches et d'accidens nerveux dépendant d'un etat de faiblesse Ils seront défendus à celles sujettes à des hémorrhagies utérines, permis aux femmes nerveuses.

L'emploi des cosmétiques, aussi ancien que l'état social, s'est transmis d'âge en âge, et plus une nation est vive, inconstante dans les caprices de la mode, plus ils ont dû augmenter et varier : aussi la nation française, remarquable sous ces deux points de vue, en fait elle le plus grand usage. A cette époque où ils devraient être rejetés, c'est alors qu'elles y ont plutôt recours qu aux conseils de leur médecin.

Quoi de plus malsain pour elles que ces applications de pommades, de poudres, dont le but est de faire disparaître des taches de rousseur, des dartres que l'on croit anéantir, mais qui ne sont que répercutées à l'intérieur, et engendrent d'autres maux dont on attribue la cause à la cessation des menstrues.

Toutes les préparations qu'elles appliquent sur les mamelles pour les rendre fermes et dures et contre les rides du ventre empêchent les évacuations cutanées qui sont obligées de refluer à l'intérieur. Il en est de même des vinaigres préparés pour leur toilette, et qui agissent avec d'autant plus de force, qu'ils sont plus styptiques.

Les eaux spiritueuses et aromatiques sont aussi nuisibles, parce qu'elles crispent les vaisseaux et peuvent produire des inflammations et occasionner ou rappeler des dartres.

L'eau pure est le seul cosmétique dont elles devraient se servir; froide l'été, tiède pendant l'hiver. Il est nécessaire d'entretenir la propreté des parties externes de la génération, mais non de la pousser à l'excès: le meuble adapté à cet usage est nuisible en ce que les ablutions sont trop long-temps prolongées.

Pour rendre à la peau sa souplesse, elles pourront employer la pommade de concombres, d'amandes douces : s'il y a relâchement trop grand, l'eau distillée de roses, de plantain, qui est légèrement tonique, lui rendra son élasticité.

Puisque les femmes qui ne se servent pas de fard, de cosmétiques, conservent long-temps leur fraîcheur, toutes celles qui en font usage devraient y renoncer.

Ingesta. L'utérus ayant une grande sympathie avec l'estomac, il faut que la femme observe avec la plus sévère exactitude un régime qui, convenablement dirigé, sera un des meilleurs moyens pour prévenir les accidens.

Chaque privation est une pierre ajoutée à l'édifice sur lequel reposera la santé.

Les femmes doivent vivre sobrement et multiplier leurs repas; l'estomac, surchargé dans un seul, étant trop fatigué, ne remplit plus ses fonctions.

Celles pléthoriques, qui étaient sujettes à de grandes évacuations, doivent recourir à un régime rafraîchissant, aux viandes blanches, aux végétaux, aux fruits acidules, et surtout se priver le soir de tout aliment, lorsqu'elles éprouvent des chaleurs avec menace de suffocation.

Les alimens de facile digestion et nourrissans, pris en petite quantité, sont à rechercher. Ainsi, le veau, le poulet, l'agneau, ect., etc.; pour les végétaux, les plantes chicoracées, sont des rafraîchissans qui conviennent aux tempéramens sanguins.

Le chocolat bien préparé convient aux femmes lymphatiques, dont le travail de la cessation des menstrues est lent, et qui manquent de ton.

La chair de porc doit être proscrite.

Dans les poissons, il en est beaucoup de trop pénible digestion; en général, peu conviennent, et les femmes devront s'en abstenir. Ils seraient tous nuisibles, s'ils augmentent la sécrétion du sperme et excitent aux plaisirs de l'amour.

Des auteurs, ayant remarqué que les personnes qui font usage de poissons deviennent plus sujettes que les autres aux maladies de la peau, les défendent aux femmes, qui, à cette époque, sont plus disposées aux éruptions cutanées.

Toutes viandes noires, salées, épicées, doivent être rejetées.

Si, au lieu d'insister sur le régime, elles vivent dans la bonne chère, boivent des vins généreux, des liqueurs, la cessation des menstrues deviendra orageuse à raison des excès.

Elles doivent de même être réservées sur les boissons; leur vin sera toujours mélangé avec de l'eau.

Le café, cette boisson tant recherchée, doit être pris avec modération, surtout son infusion à l'eau; c'est un stimulant énergique. On attribue à son usage les flueurs blanches et plusieurs affections de

l'utérus. On peut le permettre aux femmes lymphatiques, et le défendre avec sévérité aux femmes nerveuses, puisqu'il donne de l'activité à tout l'organisme.

Les boissons alcoholisées, fermentées, seront proscrites, ou du moins prises en petite quantité, mais jamais à l'époque où devrait avoir lieu l'écoulement des menstrues.

Le thé peut être avantageux pour exciter la transpiration, pris souvent et à petite dose.

Les saisons, les tempéramens, l'état actuel des forces, le genre d'occupation, sont des circonstances qui modifient le régime.

Excreta. Les femmes éprouvant souvent des constipations opiniâtres qui occasionnent le ténesme, des douleurs au rectum, aux régions lombaires, elles ont ordinairement recours aux lavemens, et en font un tel abus qu'elles finissent par les rendre indispensables pour vaincre la paresse du conduit intestinal, qui demande l'usage d'un stimulant.

C'est aux médecins à les prescrire, quand ils doivent être médicamenteux; et, sans doute alors, jamais l'armoise, la matricaire, et autres substances employées dans les cas de suppression des menstrues, n'en feront partie.

Les lavemens ne peuvent pas toujours vaincre la constipation, qui se montre quelquefois si rebelle. Ou ils ne sont pas introduits dans les intestins, ou il se forme dans les matières accumulées dans le rectum un canal qui permet à l'eau de passer, et qui est rendue par la même voie sans produire aucun effet. Les bains de siége seront alors utiles, si la constipation est entretenue par un état de spasme du conduit intestinal.

Quant aux purgatifs, ce n'est pas à la femme à se les administrer. C'est avec peine qu'on la voit à cette époque consulter avec mystère les commères, les amies, les charlatans, et se recommander les unes

aux autres telles préparations comme nécessaires à leur état, les grains de santé, l'élixir de *Garus*, et autres préparations stimulantes.

Celles qui seront imbues du préjugé que le sang des menstrues emporte un venin corrupteur, ne manqueront pas de se soumettre à tous les genres d'évacuations, sans consulter que leur tête, et s'exposeront aux ravages des remèdes pour éviter ceux du temps.

Quand les purgatifs sont utiles, on doit employer ceux qui sont le moins capables d'éveiller la susceptibilité du canal alimentaire, de crainte de ranimer celle de l'utérus. Dans les cas de constipation et d'embarras gastrique, les laxatifs, casse, manne, tamarin, magnésie, les eaux salines purgatives, seront préférés aux préparations aloétiques, qui produisent des hémorrhoïdes quand elles sont continuées long-temps, et qu'elles pourraient déterminer sur l'utérus une irritation qui contrarierait les efforts de la nature, qui tend à la diminuer.

L'examen des phénomènes de la menstruation faisant reconnaître dans cette fonction temporaire un mouvement fluxionnaire qui porte le sang en plus grande abondance dans les vaisseaux de l'utérus, l'habitude qu'a contractée cet organe à ce mouvement ne subsiste pas moins; il faut donc éviter tout ce qui pourrait le rappeler, par conséquent les purgatifs énergiques, qui appellent l'irritation sur les gros intestins, qui peuvent la transmettre à l'utérus qui est d'autant plus impressionnable dans ce moment.

Il faut encore en être d'autant plus avare qu'à cette époque les femmes sont très-irritables, que la sensibilité de leurs nerfs est excessive. Il vaudrait mieux alors, pour tenir le ventre libre, employer les bains de siége, les boissons délayantes, les jus de pruneaux, de tamarins, le petit-lait, le suc de plantes chicoracées aiguisé avec le sulfate de soude.

Les saignées peuvent être très-utiles chez les femmes fortes, sanguines, répétées souvent, et en laissant couler le sang en petite quantité. *Hippocrate* avait soin de faire saigner les femmes à l'épo-

que où elles perdaient leurs règles, pendant plusieurs années après après la cessation, surtout celles qui perdaient beaucoup, et qui avaient eu plusieurs enfans.

Elles s'opèrent, soit par la lancette, soit par les sangsues ou les ventouses scarifiées. Le premier moyen doit être employé de préférence aux bras. Les sangsues, les ventouses seront appliquées à la vulve, à l'anus, aux aines, quand il y a douleur dans les lombes.

Leur usage fréquent est un des moyens les plus sûrs pour prévenir les squirrhes, les cancers de l'utérus et des mamelles chez les femmes qui avaient des menstrues abondantes et douloureuses, surtout quand il y a pléthore de l'utérus, qui est marquée par le malaise, des engourdissemens dans les cuisses.

La saignée prévient aussi les pertes par excès de force.

Les cautères, dont on faisait un si grand usage, toujours dans l'intention de détourner ou enlever un levain corrupteur, ne conviendront que dans les cas indiqués par *Fothergill*, quand la femme a été sujette aux ophthalmies, aux éruptions cutanées, aux gonflemens glanduleux : ils établissent un centre d'irritation qui diminue la disposition à une pléthore locale qui existe vers l'utérus.

La femme, qui déjà met tant de soins à le cacher, sachant qu'il n'y a point d'humeur peccante à évacuer, s'y soumettra plus rarement.

J'ai vu à l'hôpital de la Pitié des ulcères, rebelles à tous les traitemens, fournir à diverses époques un pus plus abondant, puis revenir à leur état primitif. Ils peuvent être regardés comme émonctoires et remplacer les cautères.

Les vésicatoires ont été quelquefois préférés, parce qu'ils déterminent une plus abondante quantité de sérosité. On évitera de les placer aux cuisses, parce qu'ils tendraient à rappeler les menstrues ; ce lieu etant choisi dans les maladies aiguës pendant lesquelles les menstrues ont de la tendance à se supprimer.

Gesta. C'est l'habitude contractée par notre état soc' l qui porte la femme à se livrer si long-temps au sommeil.

La pernicieuse coutume de faire du jour la nuit, et *vice versâ*, fait que peu de femmes jouissent du lever du soleil : aussi, pour réparer les charmes de la beauté, qui achève de se faner loin des rayons de cet astre, elles sont obligées d'avoir recours à divers cosmétiques qui cachent imparfaitement *des ans l'irréparable outrage.*

Ne vaudrait-il pas mieux vivre moins belle et mieux portante.

De plus, le sommeil prolongé les affaiblit en relâchant tous les systèmes, surtout le musculaire, et alors le nerveux prédomine ; de là, les maladies de nerfs, de langueur.

C'est encore l'habitude qui porte la femme à veiller pour se procurer des plaisirs en fréquentant les spectacles, les assemblées qui émeuvent leurs sens, en passant des nuits au milieu de l'agitation et du tumulte que procurent les jeux et les tourmens de toutes les passions.

Qu'il est triste, le tableau peint par Roussel, qui représente un cercle de personnes clouées sur des chaises autour d'une table, dans une atmosphère usée et viciée, dont le corps est immobile tandis que leur esprit est dans l'agitation et balloté par la crainte et l'espoir ! C'est toujours après le dîner ou le souper qu'ont lieu ces rassemblemens : il s'opère à la région épigastrique une constriction permanente, un resserrement qui nuit à la digestion.

Quand la saison des plaisirs du bal est passée pour elles, elles y viennent encore pour accompagner la jeune fille qu'on amène dans ces assemblées, parée comme une victime, où pour embellir son existence morale on détruit sa force physique.

La fraîcheur d'un beau matin, les douces émanations des végétaux, et le spectacle ravissant de la nature, sont perdus pour les personnes qui passent la nuit à jouer ou à dormir.

Comme c'est par leur vie sédentaire que la plupart d'entre elles

sont plus sujettes aux accidens, elles sont encore bien moins disposées à se mouvoir quand elles sont souffrante . Cependant l'exercice leur est convenable.

Il faut donc leur conseiller les promenades du matin, dans des lieux agréables, accompagnées de personnes qui ne soient ni trop chères à leur cœur, ni portées à leur déplaire.

La promenade en voiture ne supplée qu'imparfaitement à l'exercice à pied. Leur course sera proportionnée au degré de leurs forces, pour ne pas rebuter leur courage en les fatiguant dès le premier jour.

Quelle différence entre la femme qui habite la ville et celle qui habite la campagne ! Mais aujourd'hui il faut aller loin pour apprécier cette différence, le luxe et la mollesse ayant étendu leurs racines dans les campagnes avoisinant les cités.

Ces dernières, levées avec le jour, aux champs avec le soleil, sentant vivement l'appétit après un travail plus ou moins long, mangeant sobrement, digérant sans peine, si elles ne jouissent pas de l'éclat de la rose, leur visage étant brûlé par le soleil, elles jouissent au moins d'une bonne santé, et ressentent moins d'accidens à l'époque de la cessation des menstrues.

Le repos doit être proportionné à l'exercice.

Le sommeil étant l'interruption de l'exercice des fonctions sensoriales, il faut éloigner pendant le jour les objets qui pourraient exciter ces fonctions, la lecture des romans, les peintures, les tableaux lascifs et voluptueux.

Percepta. Les passions influent sur toutes les fonctions; et, surtout à cette époque, où le système nerveux est plus susceptible, cette influence sera plus marquée.

C'est alors que les femmes doivent les surveiller, et éloigner tous les objets qui seraient capables de les exciter trop fortement.

En s'efforçant de distraire de l'objet qui obsède, les personnes qui

les entourent doivent chercher à faire naître des affections douces, l'espérance, l'amitié, dont les charmes plus solides que ceux de l'amour doivent les remplacer.

Si les femmes perdent du côté du physique en cessant de jouir de la faculté de devenir mères, sous le rapport du moral par le développement de leurs qualités, de leurs vertus, elles récupèrent par l'amitié ce qu'elles perdent pour l'amour.

Quelle douce consolation dans leur époux, leurs enfans, qui seront heureux de leur rendre une partie des bienfaits qu'ils en auront reçus!

HIPPOCRATIS APHORISMI.

I.

Si mulieri in utero gerenti purgationes prodeant, fœtum sanum esse impossibile. *Sect.* 5, *aph.* 60.

II.

Mulieri menstrua si velis cohibere, cucurbitam quàm maximam ad mammas appone. *Ibid.*, *aph.* 50.

III.

Mulieri sanguinem evomenti, menstruis erumpentibus, solutio fit. *Ibid.*, *aph.* 32.

IV.

Frigida, velut nix, glacies, pectori inimica, tusses movent, sanguinis eruptiones ac catarrhos inducunt. *Ibid.*, *aph.* 24.

V.

Erysipelas foris quidem intrò verti, non bonum : intùs verò foràs, bonum. *Sect.* 6, *aph.* 25.

VI.

Autumnus tabidis malus. *Sect.* 3, *aph.* 10.

VII.

Qui sanguinem spumosum exspuunt, his ex pulmone talis rejectio fit. *Sect.* 5, *aph.* 13.

VIII.

A pleuritide peripneumonia, malum. *Sect.* 7, *aph.* 11.

La diarrhée dans la dentition et dans la petite-vérole confluente des enfans, est bonne si elle est modérée. (Stoll, p. 204, 735.)